EIGENBRÖTLER HAUSMISCHUNG NR. 1

GRUNDREZEPT

für Gäry Sauerteig-Kits

GÄRY®

Ergibt ca. 4.1 kg Teig, ideal für einen GN-1/2-Behälter, 15 cm tief, ca. 9 Liter Inhalt.

Lass uns was anstellen!

1 Kneten

- Hausmischung und Gäry Sauerteig-Kits 3 Minuten mischen.
- Abdecken und 30 Minuten ruhen lassen (Autolyse).
- Danach ca. 2 Minuten langsam kneten, dann Schnellgang.
- Die 400 g Wasser nach und nach einarbeiten (Bassinage).
- Kneten, bis der Teig glatt und gut entwickelt ist.

2 Stockgare

- Teig in die leicht geölte GN-1/2-Behälter geben.
- Abgedeckt bei 24–26 °C ca. 7–8 Stunden reifen lassen.
- Nach 60 und 120 Minuten dehnen und falten.
- Weiterreifen lassen, bis sich das Volumen fast verdoppelt hat.
- Ideale Gare: Der Teig ist gewölbt und 2–3 cm unter dem Deckel.

3 Aufarbeiten und Kühlgare

- Teiglinge abwiegen und vorsichtig aufarbeiten.
- Mit dem Schluss nach unten in Gärkörbchen legen.
- 12–18 Stunden bei 4–6 °C kühl stellen.

4 Backen

- Teiglinge direkt aus dem Kühlschrank auf den Backschieber stürzen.
- Bei 245 °C einschiessen und kräftig dämpfen.
- Nach 15 Minuten auf 200 °C reduzieren und Dampf ablassen.
- Backzeit bei 500 g Teigeinlage: ca. 40 Minuten.

Zutaten

2 kg	Eigenbrötler Hausmischung Nr. 1
4	Gäry Sauerteig-Kits
4 dl	Wasser

Tipp

Die Gärkörbchen können für einen noch intensiveren Geschmack vor Einlegen der Teiglinge mit einer Mischung aus 2/3 geröstetem und geschrotetem Buchweizen und 1/3 Eigenbrötler Hausmischung Nr. 1 bestreut werden.

GÄÄÄÄÄÄÄÄRY

Hat mehr Freunde als Zutaten

meyerhans mühlen

Meyerhans Mühlen AG
Industriestrasse 55 • CH-8570 Weinfelden
www.meyerhans-muehlen.ch